Наши ВЕСТИ

№9(19) • september/сентябрь • 2009

" ... во-первых, Иудею, потом и Еллину" (Рим.1:16)

С критикой к критикам

Пинхас Широков

Есть хорошая иудейская традиция, исследовать свои души на *Рош Ашану*, особенно в *йомим нораим* – так называемые дни трепета. Десять дней между *Рош Ашаной и Йом Кипуром* еврейский народ проводит в смирении и покаянии. Для покаяния необходимо видеть свои грехи, вот люди и заглядывают глубоко внутрь себя, рассуждая о своих намереньях и поведении. В еврейском понимании покаяние требует действия, требует исправления, поэтому в это время некоторые люди просят друг у друга прощения за все ссоры и раздоры которые у них были в ушедшем году. И не простить, ожесточить свое сердце, а затем просить и Всевышнего о своем прощении как-то не логично. Все кому не безразлична духовная жизнь смотрят внутрь и исповедуют свои грехи перед Всевышним.

Мы с вами живем в мире наполненном самыми разнообразными людьми с самыми разнообразными характерами, причудами и нравами. Порой не легко найти общий язык, порой культуры и нравы в этом мире воюют друг с другом. Сколько войн, сколько стычек, сколько вражды в этом мире, и многое только потому, что люди не могут понять друг друга, потому что они имеют совершенно разные приоритеты и ценности в жизни. Но странным может показаться то, что иногда борются друг с другом люди, которые не так резко друг от друга отличаются. Почему среди вроде бы близких людей бывает горькая вражда? Иногда эта вражда может выражаться в мелочных разногласиях, иногда по какому-то важному принципу.

Иногда люди спорят, потому что они очень близки к правде и когда кто-то от нее отходит, то другие чувствуют долг поправить его, поставить его на верный путь. Вот и получается критика. Такая критика может быть дружеской и может показаться враждебной со стороны, а может быть в действительности колючей. Но иногда люди ссорятся и спорят, не потому что они хотят вернуть кого-то на истинный путь, не потому что они искренне не понимают действий друг друга, а потому что не вдаваясь в детали просто осуждают мнения других. Они считают себя лучше и выше собеседника, более понимающими или глубоко знающими. Критика такого рода нередко переходит в надменность и тщеславие.

Критика может быть полезной, а может из человека сделать циника. За циника не редко цепляются скептицизм и негативизм. А кто захочет быть близким к негативному по взгляду на жизнь человеку, который лишь критикует всё и всех вокруг? К такому человеку никто не будет тянуться, и он будет чувствовать себя неудобно и неприятно в любом обществе, куда бы он не пошел. Если люди постоянно создают споры не важно о чем, критикуют всё подряд, если они неудовлетворенны ничем в жизни, то кто захочет с ними иметь дело? За исключением тех, кто связан с кровными узами и браком, мало кто. Если присутствие человека сопровождается постоянными скандалами, драмами и обидами, то кому будет приятно находиться в его окружении?

Конечно, может это всё преувеличено и чересчур громко сказано, но критическое и негативное мышление сказывается на характер и на поведение людей

чрезвычайно негативно.

Кроме этого, оттого как люди ведут себя в обществе, складывается их репутация. Репутацию испортить легко, а исправить намного сложнее. Вот и получается, что люди теряют уважения в глазах других людей, а как же его реабилитировать?

В первом веке, в римском городе под названием Филиппы были ссоры и разногласия в общине верующих, и вроде бы близких людей. *Шауль*, известный учитель Торы, приведший в веру большинство людей в этой общине, написал письмо по этому поводу своим духовным детям. Шауль пишет:

«Итак, если [есть] какое утешение в Мессии, если [есть] какая отрада любви, если [есть] какое общение духа, если [есть] какое милосердие и сострадательность, то дополните мою радость: имейте одни мысли, имейте ту же любовь, будьте единодушны и единомысленны; ничего [не делайте] по любопрению или по тщеславию, но по смиренномудрию почитайте один другого высшим себя Не о себе [только] каждый заботься, но каждый и о других. Ибо в вас должны быть те же чувствования, какие и в Месии Йешуа»

(К Филипийцам 2:1-5)

Шауль желает гордиться своими учениками и их поведением, вот и просит, чтоб они доставили ему такую радость. То, что он их просит, вроде бы просто, но весьма не легко. Он просит чтоб они поставили других людей, наверняка он имеет в виду тех, с кем у них конфликт, выше себя. Вы хотите, чтобы вас люди уважали и считались с вами? Уважайте их вы в первую очередь. Не будьте эгоистичны, резки, грубы, полными критики Будьте добры к другим, смиренны, сдержаны, не задиристы и вежливы, даже когда вам не легко это сделать. Это не так просто, но достижимо, если человек осознает это намеренье. Вы не поверите, но такое поведение в корне изменит любую конфликтную ситуацию. Не моментально, но изменит. Положительное поведение с одной стороны разрядит ситуацию и заложит фундамент ее разрешения проблемы. Человек, который идет на встречу другому человеку всегда выглядит благороднее того, кто противится. Человек, сознательно решающий прекратить ссору, не усложнять ситуацию и дать остынуть конфликту именно на такой путь и становится. А сделав это уже легче не грубить, не поддевать, не зудить и взвинчивать оппонента. Может дружба из такой ситуации и не получится, но конфликтов с людьми по причине такого поведения в спорных ситуациях, как правило, будет меньше.

Что же писал Шауль? Мы уже цитировали его: *«ничего [не делайте] по любопрению или по тщеславию, но по смиренномудрию почитайте один другого высшим себя Не о себе [только] каждый заботься, но каждый и о других.»* Что такое *«любопрение»*? Это необычное слово в греческом варианте означает - борьба, состязание, соревнование за первенство, как в предвыборной политической компании, или в спорте. Тщеславие более понятное слово, означающее пустую гордость, славу без причины. Вот и получается что пустая гордость в себе, стремление быть первым как раз и приводит нас к тому, что мы слишком критичны ко всем и недостаточно критичны к себе. Совет *Шауля* просто избегать такого поведения и наоборот смирять себя и свое мышление.

Если вы думаете о ком-то и, размышляя, осознаете, что вы его критикуете и не видите в нем совершенно ничего хорошего, а в основном только недостатки, то вы попали в ловушку негативизма. Вы в ловушке гордости, лицемерия, критики, и эгоизма Человек даже может не осознавать, что он в такой западне, но даже его внутренний мысленный процесс влияет на его поведение и общение с другими людьми. Для чего с таким будут общаться люди? Для того чтоб стать объектом критики? Скорее нет. Такое поведение иногда еще характеризуется чрезмерной гордостью, лицемерием и эгоизмом. Только человек, мир которого вращается вокруг него самого, будет чрезмерно критичен и не терпелив к другим. Он ставит себя выше других. Только человек, который не видит в себе самом никаких недостатков, будет критиковать всё и всех подряд. В этом - то, пишет *Шауль*, и проблема. Если мы изменим, свое поведение и станем ставить людей выше нас, не в прямом, а в практическом смысле, в смысле мировоззрения, то это изменит ситуацию в корне. Осознав ошибки и изменив наше поведение, мы изменим наши отношения с окружающими Чтоб не попасть в западню критики и негативизма нужно лишь ловить себя на мысли и заставлять, наряду с критикой, называть хоть несколько положительных черт человека.

Йешуа в одном из своих учений произносит очень мудрые слова наставления, которые могут изменить наше отношение к миру и другим людям. Его слова логичны и пронизаны прагматической духовностью: *«Не судите, да не судимы будете, ибо каким судом судите, [таким] будете судимы;*

► см. стр.10

НАЧАЛО ГОДА

(продолжение №8)

Еврейский религиозный взгляд на мир дает человеку надежду на возможность исправления. Рабби Нахман из Брацлава, да будет память праведника благословенна, говорит: «*Всевышний Пресвятой устроил мир так, что Он проникает во все в этом мире, и Он специально уменьшил и редуцировал Свой Бесконечный свет, чтобы лучи его могли проникать во все, что существует в мире, даже в самое черное (не нарушая при этом существующего миропорядка). В какой бы ситуации человек ни находился и как бы далеко он (как ему, может быть, кажется) ни ушел от Бога, этот человек всегда может, в соответствии с его часом и положением, опираясь на Божественное присутствие всюду в мире, найти с помощью Торы путь к тшуве (раскаянию) и к возвращению к Богу; поэтому отчаянию нет места в этом мире, ибо никакая ситуация не является безнадежной и дорога к исправлению, возможно, очень трудная, существует всегда*» («*Мешиват нафеш*» *121*-122). Процесс исправления называется «*тшува*» - «возвращение к Богу», «раскаяние». Рош hа-Шана– время, особенно благоприятное для тшувы. Таким образом, *тшува* - центральный момент в праздновании Рош hа-Шана.

Из чего состоит тшува?

Тшува – возвращение к Богу – состоит из четырех ступеней:

1. Признать, что поступок был совершен неправильно. Это *тшува, проведенная через сознание.*

2. Почувствовать неправильность своего поступка, продумать и прочувствовать, какие далеко идущие последствия он мог повлечь за собой. Нужно, чтобы воспоминание о грехе стало отвратительно человеку. Надо исследовать свои действия, что бы понять причины плохого поступка и сделать возможным его предотвращение в будущем. Это *тшува, прошедшая через сердце, через чувства.*

3. Следует исправить все, что можно исправить, возместить весь причиненный кому-либо ущерб. Следует признать неправильность своего поступка перед всеми, кто от него пострадал. Это *тшува, прошедшая через действие.*

4. Никогда больше так не поступать. Только при выполнении этого условия возможна *полная тшува.*

Таким образом, *тшува* считается законченной, только когда она осуществилась на всех уровнях: *интеллектуальном, эмоциональном, волевом и в сфере действия.*

Мир сложен, все в нем взаимосвязано, и мы очень мало знаем о глобальных связях во вселенной. Мы никогда не можем предсказать, к каким плохим последствиям - для нас лично, для наших близких, для еврейского народа в целом и вообще для всего мира - может привести нарушение нами тех заповедей, которые мы считаем «своим личным делом».

Тшува - возвращение к правильному пути – возможна для всех: как для нарушивших *«заповеди между человеком и Богом»*, так и для нарушивших *«заповеди между человеком и человеком»*. Однако во втором случае недостаточно только Божественного прощения, а следует получить прощение от обиженного,

иначе обидчик не получит полного искупления даже в Йом Кипур.

В том случае, когда обиженный видит глубокое раскаяние обидчика и его многократные искренние просьбы о прощении, но все же не прощает, то тогда роли меняются: бывший обидчик все равно получает прощение, а бывший обиженный, который не простил своего ближнего, тем самым поступает неправильно.

Итак, прощение, *тшува*, возможны всегда. Но есть два случая, выделенные Маймонидом, когда тшува крайне тяжела, и человек должен приложить очень много сил, чтобы достичь прощения Бога.

У каждого человека есть заслуги и проступки. Если заслуги человека превышают его преступления, то он *цадик* (праведник), если наоборот, то он *раша* (злодей), если же заслуги его равны его преступлениям, то он *бейнони* (средний человек). Этот же принцип действует по отношению к странам. Если совокупные заслуги жителей страны превышают их преступления, то страна считается праведной, если же преступления превышают заслуги, то страна считается злодейской.

Это же относится и ко всему миру. Если преступления человека превышают его заслуги, то он должен умереть - понести наказание за свое злодейство. Если преступления страны превышают ее заслуги, то она должна погибнуть. Это же можно сказать и обо всем мире – если преступления мира превысят его заслуги, то он будет разрушен. Однако это суждение не количественное, а качественное. Может случиться, что единичные заслуги перевесят многочисленные преступления, а единственное преступление перевесит много праведных дел. И только один Бог знает, как взвешивать заслуги и прегрешения. Каждый человек, таким образом, должен рассматривать себя в течение всего года, как будто он наполовину праведен, а наполовину виновен, и считать весь мир наполовину праведным, а наполовину виновным. Если он совершает один неправедный поступок, он добавляет свой грех на чашу весов своей вины и на чашу весов вины всего мира и вызывает его разрушение, а не просто навлекает наказание на себя [illegible]. [illegible] он совершает праведный поступок,выполняет заповедь, он добавляет на чашу весов заслугу для себя и для всего мира и спасает не только себя, но и весь мир

"Он помнит все, что забыто"

Эта фраза входит в молитву «Амида» на Рош hа-Шана Что она означает? Один рабби прокомментировал ее так: *«Бог помнит то, что человек забывает, но забывает то, что человек помнит. Если человек совершает проступок и забывает о нем без раскаяния, тогда Бог помнит о нем и судит провинившегося. Но если человек совершает прост[illegible] всегда о [illegible] помнит, как царь Давид, который говорил: «И мой грех всегда передо мной» (Псалмы 51:5), тогда Бог не помнит о его преступлении. Если человек выполняет заповедь или делает*

какое-то хорошее дело и все время помнит об этом в высокомерии и самодовольстве - тогда Бог об этом не помнит, т. к. сказано в ТаНаХе: «Дом надменных опрокидывает Господь» (Притчи 15:25). Если же человек выполняет заповедь и забывает об этом, Бог помнит и вознаграждает человека.»

Казалось бы, правильно ли винить человека за то, что он забыл какие-то свои проступки и не может вспомнить о них? Однако дело в том, что человек часто подсознательно стремится забыть поскорее о своем проступке, чтобы облегчить себе жизнь. Если же он будет прилагать ежедневные усилия, чтобы не забыть о своих грехах, то у него не будет и *«естественного забывания»*, и тогда он сможет совершить *тшуву*.

Какова сила тшувы? До *тшувы* грешник был ненавидим Всевышним, был удален, омерзителен и гадок. Сегодня, после того, как сделал *тшуву*, возвратился, он близок, любим и желанен. Вчера он был отделен от Бога, как сказано в книге пророка Исайи: *"Грехи ваши отделяют вас от Бога вашего"* **(Исайя 59: 2)**. Он восклицал и не слышал ответа, как сказано: *"Даже если умножите молитвы ваши, Я не услышу"* **(Исайя 1:15)** Он (грешник) пытался сделать что-то хорошее, но ничего ему не удавалось. Как сказано: *"И когда вы протянете руки ваши, Я отвращу от вас очи Мои"* (Исайя 1:15). И все это относится к человеку, не совершившему *тшуву*.

После тшувы раскаявшийся приближается к *Шехине (Божественному присутствию на земле)*, как об этом сказано в Торе: *«Вы, прилепившиеся к Господу Богу вашему»* **(Второзаконие 4:4)**; он раскаивается, он восклицает и сразу слышит ответ. Как сказано об этом у Исайи: *"И будет еще до того, как вы воскликнете, - Я услышу"* **(Исайя 65:24)**. Он соблюдает заповеди и делает добрые дела, и они принимаются Создателем. Как сказано в книге Экклезиаст: *"Потому, что теперь благоволит Бог делам твоим"* **(Экклезиаст 9:7)**. И все это относится к раскаявшемуся.

Тшува - главная тема всех пророков Израиля. Нет никакого другого пути к освобождению, соединению и конечному спасению, кроме *тшувы*. К концу изгнания совершит весь Израиль *тшуву* и будет спасен **(Маймонид; Законы тшувы, гл. 7)**.

Почему так велика заслуга и сила тшувы, почему раскаяние зачеркивает все множество плохих поступков, совершенных человеком, казалось бы, уже непоправимых? Потому что, совершая полное раскаяние, человек возвращается к пути Бога, т. е. реализует своей жизнью те обязанности, которые возложил на него Создатель; он твердо и навсегда возвращается к Богу и к его заповедям, хотя, казалось, отошел уже навсегда, - воздействие такого человека на мир огромно. Но тот, кто кается, а потом снова с легким сердцем преступает Божественный Закон, тот профанирует *тшуву*. О совершивших окончательную *тшуву* сказали мудрецы: *"Там, где стоят совершившие покаяние, не могут стоять даже величайшие праведники" (Талмуд, Брахот 34)*.

Даже если человек грешил всю жизнь, но потом раскаялся - многие его грехи аннулируются. Дорога раскаяния всегда открыта. Но если человек уже пришел к мысли о раскаянии, но откладывает его «на конец жизни» или специально отталкивает от себя мысль о *тшуве* - такому человеку раскаяние не будет дано.

Человек должен особенно сосредоточиться на раскаянии в тех проступках и отрицательных чертах своего характера, которые наиболее ему свойственны. Застарелые привычки труднее всего исправлять, поэтому такое исправление наиболее ценно.

Человек, который долгое время совершал какой-нибудь неблаговидный поступок, но теперь стремится к раскаянию, борется с собой, пока не избавляется полностью от своего греха, - на такого человека нисходит милость Бога, и награда его очень велика.

То же самое можно сказать о проступках, привычных в определенной местности, поколении, возрасте, среде и т. д. Если жители данной местности постоянно совершают какой-то определенный грех, то именно он ставится им в вину более, чем другие грехи.

Соответственно, раскаяние именно в этой области имеет преимущество перед всеми другими заслугами. С другой стороны, если эти люди не раскаиваются в своем главном грехе, это может аннулировать их другие заслуги, т. к. эта ситуация подобна той, когда, по выражению мудрецов: *«Человек погружается в воду для очищения и при этом сжимает в руке предмет, делающий его нечистым»*.

Если какое-то поколение совершает постоянно некий грех, то его лучшие представители должны приложить все усилия к избавлению своих современников именно от этого греха и направить людей своего поколения на путь раскаяния. То же верно и по отношению к возрасту человека. На каждом этапе жизни дурное побуждение склоняет человека к свойственным данному периоду прегрешениям. И подобно этому действует на человека его окружение.

В одной среде привыкают без особого осуждения смотреть на драку, в другой - на сплетни, в третьей - на прелюбодеяние. Таким образом, раскаяние имеет особую ценность, если человек фокусирует свои мысли на том, какое прегрешение ему сейчас особенно свойственно, и прилагает все усилия, чтобы очиститься от его последствий, чтобы Бог, Которому известно все скрытое, засвидетельствовал, что человек больше к этому не вернется.

Правдивость и миролюбие – бесценные добродетели, и тот, кто воспитывает в себе эти черты, не станет на путь зла. И они же - путь к раскаянию и исправлению для тех, кто все же оступился.

Рассказывают историю об одном человеке, который был повинен во многих серьезных преступлениях. Он воровал, грабил, лгал, ел некошерное, вообще не замечал Субботу. Когда к нему пришла мысль о раскаянии, он не знал, что с ней делать и как ее реализовать. Он пришел к *цадику*, праведнику, и сказал ему: *"Я согрешил против всего, что написано в Торе, - научи меня, как раскаяться, чтобы освободиться от старых грехов и не совершать новых"*. *Цадик* отвечал: *«Если я покажу тебе путь к раскаянию, который чрезвычайно труден, ты возьмешь его на себя?»* Тот сказал: *«Даже если ты скажешь броситься в горящую печь!»* *Цадик* сказал: *«Путь, который я тебе собираюсь указать, еще труднее. Возьмешь ли ты его на себя?» «Да»*, - ответил тот. Тогда *цадик* взял с грешника всего одну клятву. Он сказал : *«Иди домой с миром, ешь что хочешь, делай что хочешь, но если тебя спросят: «Что ты сделал?» - отвечай правду. Вот твой путь к тшуве»*. Человек поступил, как ему было велено. Он хотел опять украсть, но в последний момент подумал: *«Если меня спросят: «Это ты украл?» - я должен буду признаться, и меня посадят в тюрьму»*. И он не стал воровать. То же самое происходило всегда, когда его дурные побуждения призывали его сделать что-нибудь плохое. Из-за того, что он поклялся говорить правду, он много раз воздерживался от дурных поступков. Но однажды он поддался злому побуждению и поступил дурно. Однако когда его спросили об этом, он немедленно признался. И это признание спасло его от того, чтобы увязнуть вновь в грехе.

Правдивость - предохранительная ограда, удерживающая человека от преступления. Миролюбие – сила, направляющая человека к праведности. Любящий мир не станет ссориться со своим учителем, родителями, друзьями, с окружающими его людьми. Непредвзятый взгляд и расположение к людям позволяют увидеть в людях лучшее и научиться у них этому. И другие смогут научиться у него, открытого и доброжелательного.

Тшува – раскаяние, является основным элементом подготовки к *Рош hа-Шана* – празднику сотворения мира, сотворения человека, обладающего свободой воли и ответственного за себя и за мир, сотворенный сочетанием Божественной меры суда и меры милосердия.

С другой стороны, *Рош hа-Шана* – не просто время, когда человеку следует особенно позаботиться о *тшуве* перед приближающимся судом, но также время, когда совершить тшуву легче всего.

Время не однородно. Бог специально выделил время *Рош hа-Шана* и устроил все мироздание так, чтобы в это время человеку легче было вернуться к Богу, в это время по выражению мудрецов *"тем, кто идет к тшуве, ветер дует в их спину и помогает им идти"*. Конечно, можно сделать *тшуву* в любое время года - и никогда не следует ее откладывать! - но в *Рош hа-Шана* это дается легче. Это время *«Божественного благоволения»* – когда Бог особенно желает, чтобы евреи совершили тшуву и Сам помогает им в этом.

(Продолжение стр. 4)

и какою мерою мерите, [такою] и вам будут мерить. И что ты смотришь на сучок в глазе брата твоего, а бревна в твоем глазе не чувствуешь? Или как скажешь брату твоему: "дай, я выну сучок из глаза твоего", а вот, в твоем глазе бревно? Лицемер! вынь прежде бревно из твоего глаза и тогда увидишь, [как] вынуть сучок из глаза брата твоего."

(Матфей 7:1-5)

Судить, имеется ввиду рассуждать, определять, устанавливать для себе определенное понимание о чем или о ком-либо. Судить можно верно и не верно. И воизбежание неверного, ошибочного суда, может лучше не пытаться судить вообще? Уж очень мы ограничены как люди. Многое мы можем не знать и не понимать.Например, судить мышление или намеренья, и даже действия людей чрезвычайно сложно потому, что мы можем не знать всех деталей. Таким образом, осуждение человека за то, как его действия выглядят со стороны, может быть совершенно неверным

В трактате *Талмуда Пирке Авот* в **Мишне 1:6** предписывается судить всех людей в самом положительном свете. Другими словами, люди заслуживают справедливости и мы должны предположить, что возможно не всё так, как оно выглядит для нас со стороны. Не стоит торопиться с выводами.

Если вы порой находите себя в ситуации, где никто не желает с вами дружить и общаться, если вам кажется, что вы имеете отталкивающий эффект на окружающих вас, то не обвиняйте весь мир в том, что они какие-то непутевые. Может проблема в вас? Может быть вы не располагаете людей к общению с вами?

Люди, которые ведут себя достойно, и показывают свое уважение к другим людям не только словами, но и действиями, имеют уважение в ответ. К ним люди тянутся, и рады общаться с ними. И так, прощайте друг другу, даже если не хочется, и уважайте других людей не меньше себя. Ситуации бывают разные, но один верный выход из ловушки негативизма – это здравая самооценка. Посмотри в свой глаз, говорит *Йешуа*, исследуй себя и ты найдешь достаточно изъянов. Это поможет не быть тщеславным. Критику можно начинать с себя. А разве я не такой? А я так делаю? А делал ли я так когда-нибудь в своей жизни, ошибался ли так, когда-нибудь?

Второй возможный выход из ловушки критики и негативизма описал *Шауль* в выше цитируемых стихах. Мы не должны стремиться ставить себя выше других людей, а наоборот. Дело в нашем мировоззрении и отношении к людям. Если мы сможем сознательно не умалять людей в своих глазах, думая о них более положительно, то мы встанем на путь исправления.

Третий способ выбраться из западни негативизма и критики содержится в словах *Шауля «Ибо в вас должны быть те же чувствования, какие и в Месии Йешуа»*

(К Филипийцам 2:5)

В Действительности *Йешуа* смирил себя и поставил других выше себя. Он смирил себя вплоть до смерти, рассказывает *Шауль*. Он был господином, но уподобился рабу. Он мог требовать чтоб к нему относились как к господину, ведь, в конце концов, он мог прощать грехи и повелевать морю не бушевать. По его благословению несколькими хлебами и рыбами были накормлены тысячи людей. Но *Йешуа* не воспользовался своими правами господина ради нас, ради искупления мира, а пошел и отдался в руки грешным людям, чтоб стать жертвой для народа. Этот пример вдохновляет. Может мы с вами не способны на подобные подвиги жизни, но мы можем стремиться быть, хоть в какой-то мере, такими как наш Мессия. Мы можем стараться следовать его примеру. Если уж Он, будучи Господом, смерил себя до положения слуги, то нам спускаться на пару ступенек ниже не должно быть так уж и трудно.

Итак, относитесь к себе в меру самокритично и это поможет вам превзойти гордость. Не смотрите на людей сверху вниз, а наоборот. Находите в людях качества, которые можно уважать, даже если это трудно. Попробуйте поставить других людей выше себя или, хотя бы, наравне с вами. Поступая так, вы измените свое мировоззрение, свое отношение к людям, и это не останется незамеченным. Когда вам не хватает терпения думайте о примере *Йешуа*, о его любви к вам и к другим. Критика может быть совершенно здравой, но может выходить за рамки. Критика порой нужна, но очень уж важно как проявляется и выражается эта критика. Поэтому каждый критик должен относиться к себе в первую очередь тоже с критикой. А если вы находите слова этой статьи слишком критичными, то не забывайте, что они не исходят от знающего вас лично человека, и потому они не осуждают и не порицают лично вас, а лишь наставляют всех, кто нуждается в наставлении.

Цель этих слов заставить нас всех хоть немного задуматься о самих себе. Исследовать самих себя в дни трепета, смотреть в глубину своей души – весьма полезная традиция.



На вашу книжную полку

Обзор книги
«Закон Благодати»

Несколько лет тому назад мне попалась в руки книга с немного необычным названием – *«Закон Благодати»*. «Да, интересное название», подумал я, наперед догадываясь о ее содержании. *«Но что-то непонятно»*, продолжил я рассуждать про себя. *«Есть закон, есть благодать, и большинство людей думают об этих вещах, как о противоположных. Как же так тогда понять Закон Благодати?»*

Я тут же начал листать страницы и увидев имена нескольких авторов начал понимать, что это за книга. Составитель книги *«Закон Благодати»* пишет: *«Перед вами друзья сборник статей... он посвящен одной из проблем, существующих сегодня в рамках евангельского христианства и мессианского иудаизма. Этот вопрос можно сформулировать как взаимоотношение между благодатью и законом. Причем, стоит отметить, что неясности и различное понимание этого вопроса и в рамках так называемого мессианского движения»*. Таким образом, эта книга представляет собой коллекцию статей, выборочных глав из книг, научных работ и публикаций различных авторов на тему соблюдения заповедей, закона, и вопроса доктрины благодати в *Новом Завете.*

Авторы рассматривают разные аспекты взаимодействия закона и благодати, каждый по-своему. Вопрос весьма широк и ответ на него однозначный получить тоже не легко и поэтому читателю предлагается целый набор статей разных авторов ранее опубликованных в журнале *«Мой Иерусалим»*. Михаэль Цин, Арнольд Фрухтенбаум, Макл Барун, Юлия Блюм, Джон Фишер, Даниил Грубер, Ариэль и Двора Беркович, Йоран Ларсен и Михаэль Туваль рассматривают этот вопрос по-своему и с разных сторон, и читатель сможет сделать свои выводы, прочитав их мнения. Вряд ли содержание этой книги убедит людей верить как один из авторов. Скорее результатом прочтения этой книги будет осведомленность, и терпимость к братьям по вере, чье понимание этих вопросов может быть совершено другим и непохожим на ваше.

Возможно для тех, кто ранее не задумывался над этим вопросом, книга заставит вас подумать серьезно о Благодати и Законе. Кого-то, возможно, эта книга подтолкнет к исследованию этих вопросов более досконально, к изучению вроде бы знакомых мест Библии и к формированию своего богословского понимания Закона и Благодати.

«Закон Благодати» Составитель: Михаэль Цин. Книга напечатана в Израиле - «Jerusalem of my Heart Publishing» в 2006 г.,191 стр. Ее можно приобрести в магазине www.myzionshop.com

ПРИТЧИ *Еврейские*

Притча Раби Нахмана из Браслова

Единственный, уцелевший при кораблекрушении пассажир, был выброшен на необитаемый остров.

Из обломков корабля, прибитых к берегу, он кое-как соорудил себе укрытие, внёс туда всё, что выбросило море и могло ему пригодиться.

Он вознёс хвалу и благодарность Богу за своё спасение.

Прошло много дней, а мимо острова не проплыло ни одно судно.

Каждое утро он обходил остров в поисках еды.

Однажды, во время такого обхода, разгорелся пожар. Пламя выжгло все деревья вокруг. Жилище со всем содержимым тоже сгорело дотла.

Только чёрный дым поднимался к небу.

Вернувшись и найдя пепелище на месте своего жилья, бедолага возопил к небу.

– Как ты мог такое мне сделать?! За что?

Он совсем пал духом. Но вдруг услышал непривычный шум и увидел приближающийся к острову корабль.

– Как вы меня нашли?!

– Мы увидели костёр, который ты разложил.

Мораль и вывод:

Легко отчаяться, когда не всё идёт так, как хотелось бы. Но нельзя сдаваться! Для всего в нашем мире есть причина, цель и следствие.

И даже в том, что особенно тяжело и больно, надо отыскивать конец, который ведёт к новому началу.

Когда всё сгорает и только чёрный дым поднимается к небу, возможно, он попадает как раз туда, откуда будет послано спасение.

Если человек знает, что всё, происходящее с ним, к лучшему, он воспринимает это, как поддержку свыше.

Истории *Житейские*

Ребенок обращается к отцу – Папа, мы евреи? Нет, – отвечает отец. – А когда будем?

Наши ВЕСТИ из Флориды
Palm Coast

Пост ГЕДАЛИИ

Третьего Тишри, сразу после *Рош hа-Шана*, устраивается пост в память об убийстве Гедалии; запрещается есть и пить от восхода солнца до захода. (Гедалия был убит в *Рош hа-Шана*, но в Праздник поститься запрещено, и поэтому пост переносится на третье Тишри)

История Гедалии такова:

Вавилонский царь Навуходоносор полностью подчинил себе царство Иудейское, разрушил Иерусалим и его величайшую святыню, *Бейт hа-Микдаш* – Храм. Он убил, или взял в плен, большинство членов царской семьи и знати страны. Элита еврейского общества, включая главных священнослужителей, гражданских и военных, была уведена в плен в Вавилон.

Однако Навуходоносор не хотел превратить землю *Иудеи* в сплошную пустыню. Он разрешил простым людям остаться в *Иудее*, чтобы заниматься земледелием. Губернатором над ними Навуходоносор назначил уважаемого всеми еврея *Гедалию бен Ахикама*.

Пророку Иеремии был предложен выбор: остаться в *Иудее* или пойти в *Вавилон* и быть почетным гостем вавилонской царской семьи. Он предпочел остаться со своими братьями на *Святой Земле*. Иеремия пошел в город *Мицпа*. Там, на небольшом расстоянии к северу от Иерусалима, находилась резиденция губернатора. Иеремия предложил ему свою поддержку, и *Гедалия* с благодарностью принял это предложение. Таким образом, *Мицпа* превратился также и в центр духовной жизни народа.

Гедалия был дальновидным человеком. Он стал усиленно поощрять народ в его деятельности по обработке и возделыванию полей и виноградников, и еврейская община стала процветать. Это стало известным, и многие евреи, бежавшие во время войны в соседние страны, были привлечены новостями о возрождении еврейской общины в *Иудее*. Они приходили к *Гедалии* в *Мицпу* и вливались в общину. Еврейский губернатор призывал своих братьев оставаться лояльными вавилонскому царю и обещал им мир и безопасность. Обещание это было выполнено. Вавилонский гарнизон, расквартированный в стране, не оскорблял евреев, напротив, он защищал их от враждебных соседей. Евреи находились на пути к возможному восстановлению государства, когда внезапно на них обрушился страшный удар.

Среди беженцев, которые присоединились к Гедалии в *Мицпе*, находился *Ишмаэль бен Нетания*, потомок царского дома *Цедекии* (Седекии), последнего царя Иудеи. Ишмаэль был честолюбив, почет и успех Гедалии наполняли его жестокой завистью. Он нашел союзника в лице царя Аммона, который с беспокойством следил за восстановлением еврейской страны.

Эти интриги стали известны преданному офицеру Гедалии *Йоханану бен Кораху* Он предупредил губернатора об опасности, угрожавшей его жизни. Однако Гедалия, будучи прямым и великодушным человеком, не хотел поверить этому. Когда Иоханан предложил тайком убить Ишмаэля до того, как тот осуществит свои коварные планы, возмущенный Гедалия отверг это предложение.

Тем временем Ишмаэль ждал благоприятного случая, который ему скоро представился. Губернатор пригласил его в *Мицпу* на

Ответ на вопрос стр.15 Новый год, так как никто из нас не знает, что его ждет в новом году, но надеется на лучшее.

праздник *Рош ha-Шана*. На пир Ишмаэль приехал в компании десяти своих сторонников. Во время праздника они устроили ужасную резню, во время которой был убит губернатор и многие из его окружения; также был разгромлен маленький вавилонский гарнизон в *Мицпе*. Захватив многих пленников, Ишмаэль направился в Аммон.

Йоханан и несколько его соратников избегли смерти потому, что их не было в это время в Мицпе. Когда Йоханан узнал об ужасной трагедии, он собрал единомышленников и принялся преследовать убийцу. Ему удалось нагнать Ишмаэля около Гивона в Биньямине и освободить пленных, но сам Ишмаэль с небольшим числом своих последователей бежал в землю Аммона.

Евреи оказались в очень сложном положении. Убийство Гедалии и расправа с вавилонским гарнизоном должны были вызвать гнев Навуходоносора. Где они могли искать себе защиту? Единственным убежищем им казался Египет, куда не могла дотянуться рука Навуходоносора. Однако эта страна не пользовалась любовью евреев. Несмотря на то, что прошло уже около девятисот лет со времени освобождения их предков из Египетского рабства, евреи относились к Египту с отвращением. Но отчаяние и страх были так велики, что народ все же решил искать спасение в Египте и пуститься в дальний путь на юг.

По дороге в Бейт-Лехем евреи и обратились за советом к Иеремии. Они обещали следовать этому совету, каков бы он ни был.

После десяти дней поста и молитвы Иеремия получил пророчество, которое немедленно огласил перед собравшимся народом:

«Так говорит Господь, Бог Израиля: ... если останетесь на земле сей, то Я устрою вас и не разорю, насажу и не искореню... Не бойтесь царя Вавилонского,

которого вы боитесь, ибо Я с вами, чтобы спасать вас... Если же вы скажете: «не хотим жить в этой земле» и не послушаетесь голоса Господа, Бога вашего, говоря: «нет, мы пойдем в землю Египетскую»... то меч, которого вы боитесь, настигнет вас там, в земле Египетской, и голод, которого вы страшитесь, будет всегда следовать за вами в Египте, и там умрете... Вам, остаток Йеhуды, изрек Господь: не ходите в Египет; твердо знайте, что Я предостерегал вас!» **(Иеремия 42:9-19).**

Но слова Иеремии не были услышаны. Народ уже принял решение и только ждал одобрения пророка. Несмотря на твердое обещание, данное Иеремии в том, что они послушаются его совета, народ обвинил пророка и его ученика *Баруха бен Нерию*, в заговоре, то есть в намерении выдать евреев в руки вавилонян. Затем весь народ двинулся в Египет и заставил Иеремию и Баруха сопровождать их.

Когда беженцы остановились у границы Египта, Иеремия еще раз предостерег своих братьев. Он сказал, что безопасность, которую они ищут в Египте, будет непродолжительной, и что вскоре Египет будет побежден Навуходоносором. Кроме того, он предостерег их от несчастий, которые ждут евреев при смешении с египтянами-идолопоклонниками. К несчастью, предостережения и мольбы пророка не возымели действия. Еврейские беженцы поселились в Египте, и многие стали язычниками по примеру египтян.

Несколько лет спустя в Египте произошел переворот, был убит фараон Хофра. Навуходоносор тотчас же воспользовался этими беспорядками, вторгся в Египет и разрушил его. Большинство еврейских беженцев при этом погибло. Таким образом, предсказание Иеремии сбылось Точно не известно, когда скончался престарелый пророк. Согласно преданию, Иеремия со своим верным учеником Барухом провели последние годы жизни со своими братьями, находившимися в изгнании в Вавилоне.

В память об убийстве Гедалии и трагедии, которая произошла с нашим народом вскоре после этого, мы постимся в третий день месяца Тишри, и пост этот называется постом Гедалии.

В сефардских общинах есть красивый обычай – в новогоднюю ночь ставить плетеную корзинку, наполненную фруктами и овощами, которую сверху прикрывают так, чтобы никто не видел что в ней. Что это символизирует? Найди ответ.



В день праздника Рош а-Шана принято начинать праздничную трапезу с яблок в меду, которые служат символом благополучия в новом году.

Обычно мы просто обмакиваем свежие яблоки в мёд и желаем друг-другу всяческих благ. Но красивая традиция не будет нарушена, если мы используем и этот рецепт

Сначала нужно разогреть духовку до температуры примерно в 170 градусов. Чайной ложкой очень аккуратно вынимаем из яблока сердцевину, стараясь не повредить яблоко. Можно использовать для этого специальное приспособление, на иврите - тапухан, от тапуах эц - яблоко.

Смазываем противень маслом и выкладываем яблоки. Отдельно смешиваем фисташки, кедровые орешки, сахар, ликёр или кальвадос. Этой смесью заполняем яблоки. Посыпаем слегка корицей и на каждое яблоко кладём кубик сливочного масла. Смешиваем мёд с вином и поливаем этой смесью яблоки.

Запекаем примерно 25- 30 минут. Подаём, поливая выделившимся соком, или с мороженым.

Что необходимо:

100 гр. фисташек, мелко нарезанных и калёных, 100 гр. калёных кедровых орешков, 4 ст. ложки сахара, 5 ст. ложек ликёра или кальвадоса, 20 гр. масла, 150 гр. мёда, полстакана красного вина, корица - по вкусу.

Этот рецепт рассчитан на 5 - 6 яблок

Торт медовый

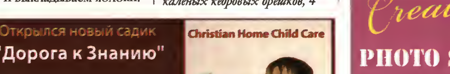
На десерт на Рош а-Шана обычно подают *леках* - медовый торт.

Есть очень много рецептов приготовления этого лакомства. Мы представляем на ваш суд вот такой рецепт.

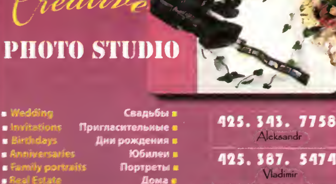
Как и что делать

В глубокую посуду всыпать сахар, добавить мед, чайную заварку, или заваренный, растворимый кофе, яйца. Все хорошо перемешать до полного растворения сахара.

Добавить растительное масло, смешанную с содой или разрыхлителем муку, орехи, корицу и мелко потолченную гвоздику. Тесто хорошо вымешать, уложить в смазанную маслом и обсыпанную мукой форму. Выпекать в средненагретой (165 градусов) духовке до готовности и затем охладить. Готовый торт разрезать пополам по горизонтали, пропитать сахарным сиропом. Сироп сварить из воды и сахара с добавлением коньяка. ▶







Что необходимо:

1 стакан сахара, 1 стакан жидкого меда, 1 стакан крепкой чайной заварки или кофе, 3 столовые ложки растительного масла, 1 стакан муки, пол чайной ложки соды, 100 гр. грецких орехов, по половине чайной ложки корицы и гвоздики, 3 яйца

Лосось в меду с вареньем из абрикосов и с овощной сальсой по-мексикански
на 4 порции



Способ приготовления:

Перемешать в миске чеснок, мед, варенье, соевый соус, немного перца и уксус. В сковороде нагреть немного оливкового масла, подходящего для жарки. Пожарить кусочки рыбы таким образом: кладем на сковороду рыбу кожицей вниз и жарим около трех минут на большом огне, пока она не подрумянится. Затем переворачиваем на другую сторону и жарим еще 2 минуты.

Полить рыбу медовой массой и потушить в течение минуты. Снять рыбу с огня и держать горячей на сковороде до подачи на стол.

Что необходимо:

1/8 стакана меда
1 ложка абрикосового варенья
2 измельченных зубчика чеснока
1/8 стакана белого винного уксуса
1/8 стакана соевого соуса (не обязательно)
400 г филе лосося (с кожицей), разделенного на 4 порции
3 ст.л. оливкового масла "катит меуле" для заправки салатов

Что необходимо для сальсы:

3 очищенных огурца, мякоть половинки авокадо 1 ч.л. сахара, половина мелко порезанного красного острого перца, 100 г. жареного и соленого арахиса, мелко порезанного (можно заменить миндалем) 2 ложки свежей мелко нарезанной кинзы, 2 ст.л. оливкового масла "катит меуле" для заправки салатов, 1 ст.л. белого винного уксуса

Приготовить сальсу:
порезать огурцы и авокадо на тонкие и длинные дольки, переложить в миску. Добавить сахар, перец, арахис, оливковое масло, кинзу и уксус. Осторожно перемешать. Положить горячую рыбу на тарелку, сверху украсить зеленой сальсой. (Если рыба остыла, ее следует нагреть снова в течение минуты).

Медовый десерт
в сливовом соусе

Способ приготовления:

В кастрюле среднего размера нагреваем 3 стакана воды, на нее кладем термостойкую посуду так, чтобы она не касалась самой воды

В этой посуде на пару (на среднем огне) взбиваем желтки, сахар и мед до состояния стойкой пены (около 10 минут). Снимаем посуду с огня.

В другой миске вилкой смешиваем желатин и бренди. Нагреваем их в микроволновой печи около 20 секунд, пока желатин не растворится полностью.

Слегка взбивая, добавляем растворенный желатин в желтки. Остужаем желтки в холодильнике как минимум 5 минут.

Взбиваем сливки.

Взбитые сливки смешиваем очень осторожно с остуженными желтками до состояния однородной массы. Добавляем финики и перемешиваем. Выливаем в формочки (или в одну длинную форму, которую стоит выстелить пищевой пленкой для того, чтобы потом проще было извлечь десерт из формы) и замораживаем как минимум 4 часа.

Готовим соус

В маленькой кастрюльке хорошо прогреваем сливовое варенье и корицу. Вынимаем замороженный десерт из формочек (если вы заморозили его в одноразовых стаканчиках, достаточно ополоснуть их дно горячей водой и осторожно перевернуть на блюдце. Из специальных круглых формочек для суфле десерт можно не вынимать вообще! Подаем на стол с горячим соусом. Если десерт был заморожен в длинной формочке, следует разрезать его на кусочки и подать каждому гостю порцию, политую сливовым соусом

Что необходимо:

4 яичных желтка
1/2 стакана меда
1/4 стакана сахара
полторы упаковки сливок (обычных или растительных, по необходимости)
1/2 пакетика желатина
1/2 стакана бренди
1/4 стакана измельченных фиников без косточек
1 баночка сливового варенья
1/2 стакана красного вина
1 палочка корицы



В последние 10-15 лет, когда давление цивилизации на экологию стало особенно ощутимым, в сознании людей прочно утвердилась идея здорового образа жизни.
Всех заинтересовали диетические и лечебные свойства натуральных продуктов, и в 80-х годах прошлого века медики и диетологи стали активно исследовать семя льна.

Снова все вспомнили и заговорили о льняном семени. Появилась даже своего рода мода на потребление этих потрясающих семян. Возможно дело в недавних результатах лабораторных исследований, проведенных целым рядом ведущих Университетов мира, об общем оздоравливающем эффекте семян льна на организм.

Лён - одно из древнейших культурных растений. Его семена употребляли в пищу ещё в каменном веке. Даже в Библии есть упоминание о том, что израильтяне использовали льняное семя для выпечки хлеба и получения масла. Авиценна, Гиппократ писали о целебных свойствах семян льна. Лен – уникальное растение, которое является источником полноценного растительного белка, витаминов, микроэлементов и клетчатки. Удивительно, как много ценного, с точки зрения человеческого здоровья, содержится в маленьком семечке этого растения. Льняное семя - один из богатейших источников лигнанов, который обладает антиканцерогенным действием, является антиаллергеном, а также мощным антиоксидантным действием. Семена льна богаты минеральными веществами, особенно богаты калием, которого в них содержится примерно в 7 раз больше, чем в бананах в пересчете на сухую массу. Жирорастворимый токоферол, т.е. витамин Е представлен в льняном семени главным образом гамма-токоферолом, который является природным биоантиоксидантом. Льняные семена превосходят бобы сои по количеству масла почти в 2 раза и по содержанию в нем наиболее биологически активных жирных кислот на 35%, по содержанию в нём углеводов - в 1,7 раза.

Эти сравнительные данные убедительно отражают пищевое превосходство льна над соей, что и побудило страны к вытеснению сои из продовольственной сферы и замене её льном. Потребности населения Земли в льняных семенах непрерывно растут и раскрывают перспективы дальнейшего развития льноводства и обеспечения людей питанием с повышенным содержанием биологически активного льняного белка

Аромат льняного масла особенный: так пахнет первая весенняя трава. Древние египтяне считали, что лен первое растение, которое создал Бог. Лен, чье латинское название звучит как «наиболее полезный», является одним из наиболее древних культивируемых человеком растений и всегда высоко ценился за свои лекарственные свойства.

Впервые о лекарственных свойствах льна ▶ *продолжение стр. 21*

Бесплатные объявления

Продаю

• Toyota Camry, 1996, 138 000 ml, недорого **(425) 329-5060**

• Buick Skylark: 1997, 95000 ml, $500.00 **(253) 887-7779** *(оставить сообщение)*

• Honda Civic, color metalic Отличное состояние, $8500 **(425) 747-2572 (Алекс)**

• Новый Jet Book Цена - $300.00 **(253) 887-7779** *(оставить сообщение)*

• Nissan Quest, 1997, 63000 ml, недорого **(425) 329-5060**

• Красивое новое современное свадебное платье. **Недорого** **(425) 787-1781 (Неля)**

• Очень полезную продукцию для здоровья и красоты на основе алоэ и продуктов пчеловодства **(425) 737-3060 (Инна)**

• Установки **Alkaline Antioxidant Water** **(206) 920-6542 (Ольга)**

• Цветы для свадеб и других торжеств **(425) 736-4233 (Сергей)**

• Угловой спальный диван обеденный стол и 4 стула большую кровать **(425) 265-0679 (Светлана)**

• Продукцию компании Melaluka по оптовой цене **(206) 920-6542 (Ольга)**

• Красивое новое современное свадебное платье. **Недорого** **(206) 234-5688 (Ольга)**

Работа/поиск/

• Ищу работу по уборке помещений Имею опыт работы **(253) 217-6442 (Николай)**

• Ищу работу в вечернее время на part-time **(425) 246-4636**

• Ищу работу няни, можно с проживанием **(206) 349-1879 (Татяна)**

• Ищу работу в вечернее время на part-time **(425) 246-4636**

• Ищу работу связанную с рисованием, фотосъмкой, дизайном **(206) 446-9513**

Услуги

• предлагаю услуги повара, няни, работу по дому на полный рабочий день Опыт имеется. **Надежда** Federal Way **(253) 839-4441 (206) 384-8443**

• предлагаю услуги няни в South Everett **(425) 513-1150 (Татьяна)**

• обучаю программе Auto CAD **(206) 327-0050(Виктор)**

• обучаю игре на скрипке **(425) 319-2321 (Елена)**

• Даю уроки вождения на русском языке в Sears Driving School **(425) 286-5158**

• Доставлю в Аэропорт за **$25** **(425) 286-5158**

• обучаю рисованию, фотосъмке, дизайну **(206) 446-9513**

• Профессионал дает уроки игры на бас гитаре и гитаре **(253) 737-8230 (Александр)**

• Профессионально даю уроки вокала **(253) 334-0167 (Фаина)**

Разное

• Купим золото в ломе и изделиях любой пробы в удобном для вас месте. Коронки ОК. **(206) 280-9874**

• Сдам в рент красивое свадебное платье **(435) 787-1781** (Неля)

• Отдам в хорошие руки красивую кошку и трех месячного котенка **425) 265-0679 (Светлана)**

Сниму комнату

Kent, Covington **253-632-4086 (Валерий)**

Сниму комнату под офис 206..954.3227

Работа/предлагаю/

• Ищу творческих, общительных людей, которые любят жить со вкусом и хотят неплохо заработать **(206) 658-7230 (Татяна)**

• Для ищущих и желающих иметь дополнительный заработок **(206) 920-6542 (Ольга)**

• Возможность дополнительно заработать, и поддержать свое здоровье **425-737-3060 (Инна)**

• Ищу помощника без вредных привычек в бизнес по уборке домов (Eastside) **(425) 223-7503 (Светлана)**

• Ищу домохозяйку, говорящую на молдавском языке (Bellevue Crossroads) Водить машину не объязательно **(425) 223-7503 (Светлана)**

Сдам комнату

Bellevue, рядом с Microsoft **425 753-2565 (Григорий)**

•

Сдается "тещина квартира", верхняя часть дома 3/2, а также комната в хорошем доме в Marysville. Рядом магазины, автобус, школа, большой парк

(425) 387-0737

•

Сдается в рент в г. Everett комната в красивом месте для девушки или женщины

(425) 322-5666 (Ольга)

Служба знакомств

• Ищу невесту для замечательного еврейского внука **(206) 778-8271**

• Интелегентный мужчина спортивного телосложения желает познакомиться с девушкой от 25 до 35 лет для серезных отношений **(425) 890-1113**

• Познакомлюсь с порядочной девушкой (желательно еврейкой). Мне 41 год. Все при мне. Звоните - не пожалеете. Игорь **(253) 886-4681**

• Познакомлюсь с порядочной девушкой для создáния семьи. О себе. 34, высокий, сипатичный, устроен, люблю детей и семейный уют **(425) 298-9070**

• Русская американка, блондинка, верующая, желает познакомиться для создания семьи или общения с верующим мужчиной от 38 лет с амбициями, желающим добиться успеха, надеющимся на крепкие отношения на всю жизнь **(425) 387-0737**

Много замыслов в сердце человека, но состоится только определенное Господом.

Служба знакомств

• Ищу жениха для порядочной девушки 23-х лет из Украины **(425) 329-9748**

• Знающаю Господа, симпатичная, трудолюбивая, хозяйственная блондинка 57 лет, желает познакомиться с порядочным человеком для создания семьи **(206) 876-0028**

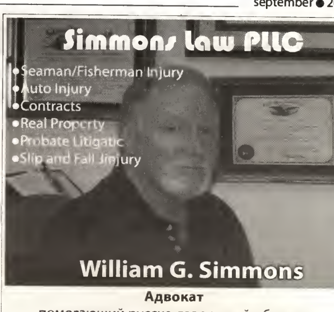
• Любящая всем серцем Господа христанка познакомится с христианином от 55 лет для создания семьи **(206) 422-9198** liudmylakaliberda@yahoo.com

• Ищу доброго и надежного русского мужчину для создания семьи. Возраст от 65 **(425) 387-0737 Мила**

• Ищу жениха для мамы 55 лет из Украины. Есть многоразовая виза США **(425) 516-8881 Kevin**

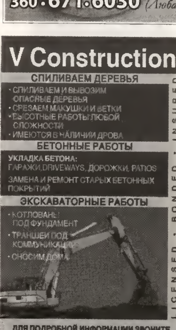






Адвокат
помогающий русско-говорящей общине
ph. 425-649-0508 fax 425-649-0129







Оптовая и розничная продажа

колготы для женщин■
для детей■
гольфы■
носки■

425..233.5476

В ашкеназийских общинах существует обычай на Новый год печь круглые халы. Во время изготовления такой халы пекарь берет длинный кусок теста и делает из него круг в форме ивритской буквы, что символизирует собой круглый год. Такая форма халы напоминала птичье гнездо с птенцом Среди евреев Европы закрепилось название этой халы как «Фейгл–хала». Нередко можно было слышать, как, готовя эту халу к празднику, приговаривали: *«Как Господь жалеет летающих птичек, так да пожалеет Он и нас…»* **Как на идиш называется эта птица?** *Найди ответ на страницах газеты*

ХРИСТИАНСКАЯ ТЕЛЕКОМПАНИЯ
"ТРИ АНГЕЛА"

представляет

богатое разнообразие телепередач на различные темы
для детей, юношей, молодежи и взрослых

Время просмотра в Portland (OR)

Кабельное TV:	Понедельник	9:30	(22 канал)
	Среда	9:30	(23 канал)
	Пятница	14:00	(23 канал)
	Суббота	8:00	(11 канал)
Антенное TV:	Суббота	20:30	(26 канал)

Приятного просмотра

С вопросами обращайтесь: 971..222.9027
(Леонид Захария)

Наши ВЕСТИ

КУПОН

на бесплатное ч/б

1

бизнес - объявление
размером один блок



Даю **уроки фортепиано**

Ася

Педагог - профессионал с общим стажем более **25 лет**

(425) 881-2602 (206) 962-9412

Изготовление **художественных ювелирных изделий**

Гарри Дадян

Народный мастер Союза Художников России и ЮНЕСКО

425 681-0968

звонить с 12.00 до 10.00 (кроме субботы)

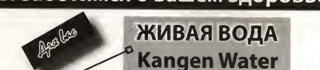
www.garridadyan.com Discount – 40-60%

КУПОН бесплатного объявления в газету Наши ВЕСТИ

дает право на размещение некомерческого текстового сообщения объемом до 15 слов, включая номер телефона в разделы:

- ☐ предлагаю/ищу работу
- ☐ куплю/сдам квартиру
- ☐ сниму квартиру/комнату
- ☐ продам /личные вещи/
- ☐ служба знакомств

Sholom Publishing Co
PO Box 14472, Mill Creek, WA 98082



**ЖИВАЯ ВОДА
Kangen Water**



LeveLuk очищает воду от хлора, тяжелых металлов ■ производит семь разных уровней **Ph** и поддерживает его в проточной воде, даже при колебании напора в водопроводной сети

Вода, восстанавливающая здоровье

Наш адрес: **10530 NE 24 st. Bellevue, WA 98004**

Звоните нам, мы всегда готовы помочь 206-778-7744 *(Елена)*

сообщил Гиппократ в своей книге *«Корпус Гиппократикум»*, где привел рецепт применения слизистого отвара из семян льна **при болезнях желудка**.

Средневековая тибетская медицина рекомендовала семена льна применять при воспалительных заболеваниях внутренних органов, а цветы - при заболеваниях глаз.

В средневековой Армении из толченых семян льна, пропаренных в кипятке, делали горячие компрессы, которые назывались *«яху»* и применялись при термическом поражении кожи.

В Киевской Руси льняное масло использовали для лечения ожоговых ран. Старорусские лекарственные и хозяйственные руководства XVI и XVIII вв. рекомендовали потреблять муку из семян льна для размягчения твердых нарывов, а масло – как заменитель оливкового масла.

Из льняного семени наши предки получали льняное масло, которое использовали как для приготовления пищи, так и для лечения различных заболеваний. В древневосточной медицине семена льна применялись как лекарства, обладающие растворяющим, очищающим и смягчающим свойствами. По описаниям Авиценны льняное семя в жареном виде помогает избавиться от кашля, сопровождающегося отделением большого количества мокроты, от язв мочевого пузыря и почек.

Огромная ценность семян льна для человека связана с наличием в нем различных органических соединений и питательных веществ. Так, например, около половины нашего мозга состоит из полиненасыщенных жирных кислот, содержащихся в семенах льна. Мы буквально думаем этими кислотами. Если беременная женщина потребляет достаточное количество этих жирных кислот, у нее больше шансов родить ребенка с более высоким уровнем интеллекта. Пищевые добавки на основе семян льна также содержат лигнаны, которые способны замедлить деление клеток при некоторых опухолях. Лигнаны улучшают функции мочевой системы, помогают предотвратить воспаление почек. Исследования показали, что потребление хлеба, обогащенного семенами льна, в течение четырех недель снижает содержание холестерина.

Молотый лен и льняная каша являются более вкусным продуктом и имеют меньшее количество калорий, чем традиционный лен из-за обезжиривания и удаления характерного вкуса. Технология, используемая при производстве молотого льна, увеличивает экстракцию пищевых веществ и делает простым приготовление каши.

Льняная каша

Залить стаканом кипящего молока или воды 1-2 столовых ложки молотого семени льна, взбить венчиком и накрыть на 1-2 минуты.
Добавить по вкусу соль, сахар или мед.

Рекомендуется использовать молотый лен как 30-50% добавку при варке овсяной, рисовой, манной, тыквенной каши. Это повышает их пищевую ценность и вкусовые качества.

В народной медицине семена льна назначают при кашле как отхаркивающее и противокашлевое средство. Они широко применяются в качестве слабительного средства при запорах.



При хронических колитах

Для этого 2 чайные ложки семян размельчают и разводят одним стаканом кипятка. Употребляют по 100-150 мл 2-3 раза день.

При атонии кишечника

2 чайных ложки семян льна отварить в 300 мл воды, настаивать 10 минут, интенсивно взболтать, после чего процедить и принимать по 100 мл натощак.

При хронических запорах

Рекомендуется ежедневно на ночь принимать по 1 стакану непроцеженного настоя льняного семени (1 чайная ложка на стакан кипятка).

Настои и отвары всегда должны быть свежими.

Отвар льняного семени в клизме с розовым маслом приносит большую пользу при язвенном колите, а в сочетании с природной содой и инжиром – хорошая лекарственная повязка от веснушек и прыщей.

Семя льна - сильнейший противопаразитарный продукт. Отвар семени льна губительно действует на все виды гельминтов, кроме аскаридов. Он также не оставляет в живых грибки, вирусы гепатита. Если к семени льна при приготовлении отвара добавить 1-2% от веса семени бутоны цветов из гвоздики, аскариды тоже будут убиты. Однако, добавление сахара в отвар семени льна делает его неспособным уничтожить кандидов.

Компресс из льняного семени

Растёртое льняное семя помещают в мешочек из марли, который опускают примерно на 10 минут в горячую воду, а затем прикладывают горячим на больное место и держат, пока он не остынет. Таким образом лечат зубную боль, ишиас и ревматизм, лицевые невралгии, боли в животе, желчные колики, болезни мочевого пузыря и почек.

Порошок из семян льна применяется при ожогах и заболеваниях кожи.
Кашица из семян льна применяется при лечении ран, кровоподтёков, трещин, фурункулов и т.д.
Льняное семя, сваренное на молоке, прикладывают как компресс для лечения пяточных шпор.

Слизь льняного семени - лучшее обволакивающее, смягчающее и противовоспалительное действие при заболеваниях пищеварительного тракта и дыхательных путей. Это лучший энтеросорбент, гемосорбент, иммуномодулятор. Льняное масло обладает выраженными лечебно-профилактическими свойствами при нарушении ► стр. 23







Вопрос – Ответ

Интервью с Яном Дерецким

Как помочь пожилым людям
в получении часов по уходу надому?

Вопрос: Ваша организация помогает бывшим советским гражданам в самых разных делах включая помощь с получением часов по уходу на дому. Если у вас опыт именно в получение часов по уходу?

Ян: Последние четыре года я заведовал офисом организации по уходу на дому. Мы обслуживали примено 150 пожилых пенсионеров за которыми ухаживали их род ственники. Я лично помогал этим пенсионерам подавать на уход, подготавливать к интервью и часто помогал с подачей на слушание,чтобы повысить часы по уходу.

Вопрос: Пожалуйста объясните, что такое уход на дому?

Ян: Например, пожилому человеку трудно убирать квартиру или ходить в магазин. Этот пенсионер имеет право на проживание в доме престарелых. Конечно, никто не хочет проживать в доме престарелых, и государству это тоже не выгодно, так как это очень дорого для государства – где-то от 5 до 8 тысяч в месяц. Именно поэтому существует эта программа ухода на дому. Пенсионер может подать заявление на уход, а затем социальный работник, в результате интервью, решает сколько часов по уходу получит этот пенсионер или просто больной человек. Кто-то получит мало, а кто-то получит много часов. Это зависит от того как пройдет интервью и также самого социального работника.

Вопрос: Кто имеет право подачи на уход на дому?

Ян: Любой пожилой человек, взрослый или даже ребёнок (если он не здоров) может подать на уход – если у него есть мед-купон. Но даже те, у кого нет мед-купона или нет нужного иммиграционного статуса могут подавать на уход. В начале им откажут, а потом можно подать справедливое слушание и добиться положительного ответа.

Вопрос: Могут ли члены семьи ухаживать за своими родственниками?

Ян: Муж не может быть работником для жены и жена для мужа. Также родители не могут обслуживать своего ребёнка до восемнадцати лет, а всё остальное разрешенно. Чаще всего дети работают по уходу за родителями. Также пенсионер может потребовать, чтобы любой другой человек был его работником.

Вопрос: Я слышал, что недавно вышел закон запрещающий родственникам работать по уходу?

Ян: Спасибо за этот интересный вопрос. Когда кто-то получает часы по уходу, то он/она могут оформить своего работника или через агенство или через государство (DSHS). Да, вы правы – в мае этого года прошёл закон запрещающий родственникам работать через агенства, но они имеют право работать через государство. Разница совсем не большая – в агенствах немножко больше платят, но также больше всякой волокиты. Работая на государство гораздо меньше хлопот и бенефиты такие-же. То есть если работник работает более чем 86 часов в месяц он имет право получить медицинскую страховку и все дутие бенефиты.

Вопрос: В чём заключается ваша помощь в получение часов по уходу?

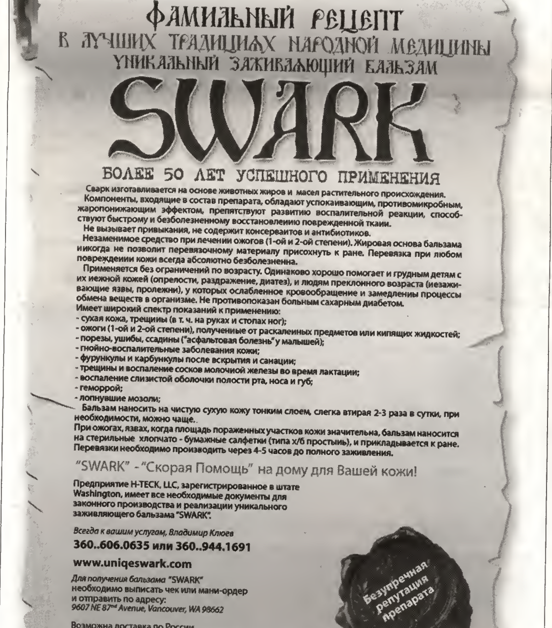
Ян: Во первых мы поможем подать на уход и назначить встречу с социальным работником. Во-вторых мы подготовим подающего на уход к интервью. Мы научим как получить необходимую справку от доктора и как отвечать на вопросы. *Подготовка – это самое главное!* Например, без подготовки подающая получит 35 часов, а с правильной подготовкой 135! Также мы можем присутствовать и помогать во время интервью.

Вопрос: А, что делать если откажут?

Ян: В случае отказа нужно подать на справедливое слушание. В результате подачи на слушание, почти всегда, можно добиться получения часов. Мы имеем право и опыт представления интересов тех кому отказали. Также те кому дали мало часов тоже могут подавать на справедливое слушание.

Например, не так давно к нам обратилать пенсионерка которой дали только 21 час. Мы помогли ей подать на слушание и она получила 144 часа!

Если у вас есть вопросы звоните Яну по телефону **(206) 954-3227**



жирового обмена, атеросклерозе, онкологических заболеваниях.

Нормализует функции печени, щитовидной железы, кишечника желудка, повышает потенцию, обладает омолаживающим и ранозаживляющим действием.

Однако, льняное масло не может храниться долго, оно очень быстро прогоркает - уже через месяц. Поэтому, все-таки, самым надежным является употребление в пищу льняного семени.

Суточная норма потребления льняных семян человеком равна приблизительно 25 г., а это – одна горсть семян, которая обеспечивает население полноценным витаминизированным питанием и лучшим средством для профилактики любого заболевания.

Еще Гиппократ утверждал, что излечивать человека нужно правильным питанием. И по собственному опыту мы знаем, что наше самочувствие зависит от питания. Чтобы хорошо себя чувствовать, нужно есть здоровые продукты природного происхождения, которые хорошо принимаются организмом и содержат вещества ему необходимые. Одним из таких продуктов является льняное масло.

Современные исследования показали, что употребление льняного масла в пищу **снижает риск инсульта на 37%**. По содержанию ненасыщенных жирных кислот льняное масло в 2 раза превосходит рыбий жир.

(Продолжение следует)

Sholom Publishing Co

PO Box 14472 Mill Creek, WA 98082

phone: 206 434-9585 / 206 434-9587 fax 425 415-1031

БЛАНК ЗАКАЗА

Принимаем объявления по E-mail:
sholompublisher@yahoo.com

10.00 20.00
5.00 10.00

Your Name/Ваше имя ____________________

Company name/Название компании ____________________

Billing Address/ Адрес ____________________

____

Phone number/ Номер телефона ____________________

Рекламодатели, объявления в указанные блоки принимаем сроком не менее трех месяцев только с чеком или мани-ордером

Последний день подачи объявлений 15 числа текущего месяца

Text ads/Текст Объявления ____________________

____

____

____

____

Подпись ____________________ Дата ____________________

ПРИТЧИ *Еврейские*

ГОЛУБОЙ ГОЛУБЬ

Перевод с английского

Портовый израильский город Хайфа однажды сильно пострадал от голубей. В результате какой-то эпидемии у птиц случился понос, и голубиный помет буквально усеял крыши домов и храмов, улицы, площади и переулки. Мэрия Хайфы ежедневно тратила большие суммы денег для очистки всего этого, но все было тщетно. В один из таких дней к мэру города пришел человек, который пообещал следующее:

- Я знаю о вашей проблеме, - сказал он мэру, - и готов избавить город от голубей за один день. И сделаю это совершенно бескорыстно, если Вы пообещаете, что потом не зададите мне ни одного вопроса. В противном случае, я потребую с Вас один миллион долларов.

Неудивительно, что мэр согласился на бесплатный вариант. На следующий день человек взобрался на крышу мэрии, вытащил из-за пазухи голубого голубя и выпустил его в небо. Птица покружилась над крышей и взмыла к небесам. Все голуби города, заметив голубого собрата, сбились в огромную стаю и полетели за ним. И не один не вернулся назад. Кроме голубого голубя, который вскоре возвратился к хозяину.

Узнав об этом, мэр Хайфы был настолько потрясен чудом, которому оказался свидетелем, что вручил хозяину птицы чек на сумму один миллион, и сказал:

– Можно я задам Вам всего один вопрос?

– Конечно, мы же договорились.

– В таком случае скажите, у Вас случайно нет голубого Араба?

М.Генин

Истории *Житейские*

Одна женщина как-то рассказала такую историю о своей маленькой внучке, с которой она приехала в гости к бабушке в Израиль.

Едут они в автобусе. И на одной из остановок в автобус заходит религиозный пожилой еврей с пейсами, в широкополой шляпе и т.д. Девочка на весь автобус стала кричать : "Бабушка, бабушка, смотри, еврей зашел !" Бабушка с мамой на нее зашикали. Стали тихо объяснять , что здесь все евреи и не надо кричать. Тут девочка спрашивает удивленно: "И я тоже ?"

■

Еврей в синагоге:

– Господи, что делать? Мой сын крестился. Голос сверху:

– И у меня та же проблема.

Ответ на вопрос стр.20 Фейга

Участвуй в акции
"Читаем вместе – Наши ВЕСТИ"



получай подарки
от юридического офиса Anthony Dougherty
и компании Sholom Publishing Co

Чтобы стать участником акции необходимо заполнить ниже приведенную анкету и отправить в адрес редакции:
Sholom Publishing Co PO Box 14472 Mill Creek, WA 98082

Знакомы ли Вы были с газетой раньше Да Нет
Как Вы узнали о газете ____________________
____
Где обычно Вы берете газету: магазин, офис, церковь, у знакомых, получаете по почте **(подчеркните)**
В каком городе, в каком магазине, офисе, церкви Вы берете газету
____
Как, по Вашему мнению, достаточно ли в этом месте бывает газет
Да Нет
Какие рубрики интерестны Вам ____________________
____
Какие новые рубрики Вы бы хотели читать____________________
____
Ваш возраст ___ муж/жен Род занятий____________________
Адрес: ____________________
____
Номер телефона ____________________

Юридические фирмы

Anthony Dougherty (Михаил)	(425) 264-2000
Feldman & Lee (Константин)	(253) 859-2488
Rubinstein Law Offices (Борис)	(425) 688-1100
Simmons Law PLLC (Bill)	(425) 649-0508
Центр помощи и защиты прав (Ян)	(206) 954-3227

Медицинские офисы

E.Z.Dent Denture Clinic	(425) 746-6090
Affordable Dental and Dentures	(206) 542-2196
Family Dentistry on the Plateau	(425) 391-1331
Doctor Tatyana Kutsy	(425) 637-2340
Doctor Mikhail Kisselev	(206) 355-9740
Advanced foot and ankle clinic	(425) 453-6838
AdvancedMetropolitan Dentistry	(253) 740-1501

Здоровье

Swark	(360) 606-0635
Елена	(206) 778-7744
Натуральные леденцы (Ольга)	(206) 920-6542
Love moon	(847) 650-9766

Специалисты по недвижимости

Григорий Елкин	(206) 650-7230
Надя Дикафано	(206) 618-7577

Нотариусы, переводчики

Регина Франк	(206) 898-9914
Ирина	(253) 569-5515

Телевидение и телефонные компании

Expert Instalation (Слава)	(425) 221-2611
Три ангела	(971) 222-9027
World Telecom System	(888) 898-1815
Мобильные телефоны	(800) 864-4099

Миссии

Nazarene Ministry of Help	(503) 777-9039

Ремонт автомобилей, замена стекол

VPA Auto Repair & Body	(253) 251-1487
Ремонт автомобилей	(425) 679-2500
Master Auto Glass	(253) 797-3874
Ремонт автомобилей	(206) 778-4421

Учебные заведения, детсады

T&M Taras Trucking	(206) 571-1648
Pacific Truck School LLC	(206) 271-0636
Дорога к знанию	(425)293 -6653

Туристические компании, отдых

Free Wind Travel	(888) 212-9463
Mission Valley Travel	(888) 887-3060
Free Expedia	(941) 426-6444
The Inn Soap Lake	(509) 246-1132
Big House Loging	(206) 778-0742

Ювелиры, художники, архитекторы

Northup Design Assoc.	(425) 246-7356
Гарри Дадян	(425) 681-0968

Модификация. Перефинансирование

American Credit Law (Максим)	(425) 5995-888
Bill Kais (Евгений)	(206) 778-1835

Страховые компании

American Family Insurance (Игорь)	(253) 298-0468
American Family Insurance (Елина)	(253) 205-5023

Український Народний Союз

Мирон Пилип'як	(253) 520-9333

Печать на футболках, кружках... (206) 434-9585

Свадебный сервис

Lana's Floral	(425) 210-3077
Торты	(360) 671-6030
Фотографии	(425) 772-2829
Creative Photo Studio	(425) 343-7758
Сара	(347) 938-2048

Транспортные услуги

Commercial Delivery	(253) 632-0880
Вадим	(425) 350-3631
Перевозка и доставка грузов (Даниил)	(206) 334-0585

Русские магазины

International Food (North Port)	(941) 429-1239
Romance Deli (Bellevue)	(425) 289-5599
MyZionShop.com (New York)	(917) 696-0319

Наши ВЕСТИ

Издатель: Sholom Publishing Co

Главный редактор: Анатолий Шолом 206•434•9585
Менеджер: Голина Шолом 206 •434•9587

Редакторы приложения "Наши Вести из Флориды":
Александр Юфик 386 •263•2480
Галина Алексеева 786 •281•9629

За содержание информации в текстовых и рекламных материалах редакция не отвечает. Мнение авторов публикаций может не совпадать с мнением редакции. Дизайн рекламы принадлежит Sholom Publishing Co

Sholom Publishing Co PO Box 14472
Mill Creek, WA 98082
E-mail:sholompublisher@yahoo.com
Fax: 425•415•1031